

بررسی تاثیر مکمل یاری خوراکی الازیک اسید بر کیفیت زندگی در افراد مبتلا به سندرم روده تحریک پذیر مطالعه کارآزمایی بالینی دوسوکور

دکتر حسین خادم حقیقیان

سابقه و هدف: سندرم روده ی تحریک پذیر (IBS)^۱ نوعی اختلال در عملکرد روده است. استرس اکسیداتیو نقش قابل توجهی در این بیماری دارد. با توجه به اثرات آنتی اکسیدانی الازیک اسید(EA)^۲، این مطالعه با هدف بررسی تاثیر مکمل یاری الازیک اسید بر کیفیت زندگی در بیماران مبتلا به IBS طراحی شده است.

مواد و روش ها: در این مطالعه ی کارآزمایی بالینی دوسوکور، تعداد ۴۴ نفر بیمار واجد شرایط با استفاده از روش تقسیم تصادفی ساده به دو گروه تقسیم و به مدت ۸ هفته روزانه یک عدد کپسول حاوی ۱۸۰ میلی گرم EA (گروه مداخله) و یا یک عدد کپسول ۱۸۰ میلی گرمی حاوی آرد گندم (گروه پلاسبو) دریافت کردند. در ابتدا و انتهای مطالعه، پرسشنامه های دموگرافیک، فعالیت بدنی، یادآمد خوراک ۲۴ ساعته تکمیل گردید. فاکتورهای آشفتگی، پاسخ های اجتماعی، نگرانی های سلامتی، تصویر بدنی، ارتباطات، روابط جنسی، ممنوعیت غذایی و اختلال فعالیت روزانه توسط پرسشنامه کیفیت زندگی ویژه بیماران IBS^۳ (IBS-QOL-34) تکمیل گردید. برای تجزیه و تحلیل آماری یافته ها از نرم افزار SPSS Statistics نسخه ۲۰ استفاده شد.

یافته ها: در ابتدا و انتهای مطالعه به لحاظ فاکتورهای تن سنجی، تفکیک جنسیتی (مرد: ۵۲ درصد، زن: ۴۸ درصد)، میانگین سنی (مداخله: ۳۶/۵۵±۴/۹۳ و داوونما: ۳۵/۲۹±۵/۸۴)، دریافت مواد غذایی و میزان فعالیت بدنی در دو گروه تفاوت معنی داری وجود نداشت ($P>0/05$). در انتهای مطالعه، مصرف EA، باعث کاهش معنی داری در میانگین امتیاز کلی IBS-QOL نسبت به ابتدای شده و کیفیت زندگی در به صورت معنی داری افزایش داشت ($P<0/05$). با توجه به نتایج تغییر معنی داری از لحاظ کیفیت زندگی در گروه پلاسبو دیده نشد ($P>0/05$).

استنتاج: بر طبق نتایج مطالعه، مصرف پلی فنول های غذایی مانند الازیک اسید، احتمالاً از طریق کاهش استرس اکسیداتیو، باعث بهبود عملکرد روده و در نتیجه بهبود کیفیت زندگی در بیماران مبتلا به IBS گردد.

واژه های کلیدی: الازیک اسید، کیفیت زندگی، سندرم روده تحریک پذیر، کارآزمایی بالینی

¹ Irritable Bowel Syndrome

² Ellagic Acid

³ IBS- Quality of life